



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU  
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Emmi Haavisto

# KUUDESLUOKKALAISTEN TUPAK- KATUOTTEIDEN JA SÄHKÖSAVUK- KEEN KÄYTTÖ

Sosiaali- ja terveysala  
2018

## TIIVISTELMÄ

Tekijä	Emmi Haavisto
Opinnäytetyön nimi	Kuudesluokkalaisten tupakkatuotteiden ja sähkösavukkeen käyttö
Vuosi	2018
Kieli	suomi
Sivumäärä	34 + 3 liitettä
Ohjaaja	Ritva Alaniemi

---

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää ilmajokisten kuudesluokkalaisten tupakkatuotteiden ja sähkösavukkeen käyttöä. Tavoitteena oli kerätä tietoa kouluterveydenhuollon käyttöön tupakkavalistusta varten.

Tutkimuksen teoreettinen viitekehys on määritelty koskemaan nuoria, tupakkaa, nuuskaa sekä sähkösavuketta. Tutkimuskysymyksillä haluttiin selvittää eroja tupakkatuotteiden sekä sähkösavukkeen käytön eroissa poikien ja tyttöjen välillä, nuorten vanhempien ja perheenjäsenten tupakointitottumusten vaikutusta nuoriin sekä tupakkatuotteiden ja sähkösavukkeen käyttöön vaikuttaviin tekijöihin. Aineisto kerättiin Ilmajoen kunnan alakouluissa keväällä 2017. Kyselyyn vastasi 81 kuudesluokkalaista. Tehty tutkimus on kvantitatiivinen ja tutkimuslomake sisälsi sekä strukturoituja että avoimia kysymyksiä. Vastaukset muutettiin tilastolliseen muotoon SPSS-tilastointiohjelmalla.

Kuudesluokkalaisten tyttöjen ja poikien välillä on havaittavissa eroavaisuuksia. Pojat ovat kokeilleet tupakkaa enemmän kuin tytöt. Tytöt kokeilevat kuitenkin herkemmin sähkösavuketta, vaikka eivät olisi kokeilleet muita tupakkatuotteita aikaisemmin. Useimpien tupakkatuotteita tai sähkösavukkeita kokeilleiden nuorien kottona joku tupakoi tai on tupakoinut. Vanhempien tupakoinnin lisäksi kavereiden kokeilukerrat altistavat nuoret kokeiluille.

## ABSTRACT

Author	Emmi Haavisto
Title	The Sixth Graders' Use of Tobacco Products and Electronic Cigarette
Year	2018
Language	Finnish
Pages	34+ 3 Appendices
Name of Supervisor	Ritva Alaniemi

---

The purpose of this bachelor's thesis was to investigate the sixth graders' use of tobacco products and electronic cigarette. The aim was to collect information for the school health care to be used when giving information and health education about tobacco products

The theoretical framework of the study is defined to include adolescents, tobacco, snuff and electronic cigarette. The research questions were used to find out the differences in the use of tobacco products and electronic cigarette between boys and girls, the impact of the parents' and the family members' smoking habits on the adolescents and on the factors affecting the use of tobacco products and electronic cigarettes. The material was collected in the schools of the municipality of Ilmajoki in spring 2017. The questionnaire was answered by 81 sixth-graders. The research is quantitative and the questionnaire included both structured and open-ended questions. The responses were reported in statistical form using the SPSS statistical program.

There are differences between sixth-grade girls and boys. The boys have experimented with smoking more than girls. However, girls are more likely to experiment with electronic cigarette even if they have not experimented with other tobacco products in the past. Most of the young people that had experimented with tobacco products or electronic cigarettes had someone at home who smoked or had smoked. In addition to parents' smoking, also friends' smoking exposed the adolescent to experimenting with smoking.

.

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

1	JOHDANTO .....	8
2	TUPAKOINTIIN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT .....	9
2.1	Perinnölliset tekijät .....	9
2.2	Imago .....	10
2.3	Tuote .....	11
2.3.1	Tupakka.....	11
2.3.2	Nuuska .....	12
2.3.3	Sähkösavuke.....	12
3	VAIKUTUKSET TERVEYTEEN SEKÄ YHTEISKUNTAAN .....	14
4	TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	17
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	18
5.1	Aineistonkeruu, analysointi ja raportointi.....	18
5.2	Tutkimusetiikka .....	20
6	TUTKIMUSTULOKSET .....	22
6.1	Tutkimukseen osallistuneet.....	22
6.2	Tupakointi ja nuuskaaminen .....	22
6.3	Sähkösavukkeen käyttö.....	24
6.4	Koululaisten kotiolot.....	24
6.5	Tupakkatuotteiden ja/tai sähkösavukkeen käytön aloittamisen ja lopettamisen syyt ja keinot .....	25
7	JOHTOPÄÄTÖKSET .....	27
8	POHDINTA.....	28
8.1	Tulosten pohdinta.....	28
8.2	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys .....	29
8.3	Oppimisprosessi.....	31
8.4	Kehittämisideat sekä jatkotutkimusaiheet.....	32

LÄHTEET.....	33
--------------	----

LIITTEET

**KUVIO- JA TAULUKKOLUETTELO**

<b>Kuvio 1.</b> Tutkimukseen osallistuneiden sukupuolijakauma.	22
<b>Kuvio 2.</b> Tupakointi tytöt ja pojat.	23
<b>Kuvio 3.</b> Tupakkaa kokeilleet.	23
<b>Taulukko 1.</b> Sähkösavukkeen käyttö.	24
<b>Taulukko 2.</b> Äidin tupakointi.	24
<b>Taulukko 3.</b> Isän tupakointi.	25
<b>Taulukko 4.</b> Muun läheisen tupakointi.	25

**LIITELUETTELO**

**LIITE 1.** Saatekirje vanhemmille

**LIITE 2.** Saatekirje nuorille

**LIITE 3.** Kyselytutkimuslomake

## 1 JOHDANTO

Tutkimuksen mukaan nuorten tupakointi on vähentynyt 2000-luvulla. Vuonna 1995 elämänsä aikana ainakin yhden kerran oli tupakoinut 80 % nuorista, vuonna 2011 tämä luku oli 60 %. Edelleen 15–16-vuotiaista 40 % on kokeillut tupakkaa mutta siitä ei ole tullut pysyvää tapaa. Tupakoinnin aloitusiässä ei ole tyttöjen ja poikien välillä suurtakaan eroa. Vuonna 1995 noin neljännes nuorista oli aloittanut päivittäisen tupakoinnin 14-vuotiaana, vuonna 2011 tämä luku oli pienentynyt 16: een. (Raitasalo, Huhtanen & Miekkala 2012.)

Ainoastaan nuuskaa käyttävien tyttöjen osuus on pysynyt hyvin pienenä, eikä siinä ole tapahtunut juurikaan muutoksia vuosina 2005–2015. Savukkeiden ja nuuskan yhteiskäytön osuus nuorilla tytöillä on pysynyt vähäisenä mutta viime aikoina on ollut havaittavissa pientä yleistymistä. Pojilla ainoastaan nuuskan käyttö on ollut kasvussa vuosien 2006–2009 välillä mutta nyt pysynyt tasaisena. Nuuskan ja tupakan yhteiskäytössä pojilla on ollut havaittavissa vaihtelua. Vuodesta 2005 tämä luku oli nousussa vuoteen 2013 saakka. Siitä lähtien se on lähtenyt laskuun lukiota ja yläkoulua käyvillä. Ammattiin opiskelevien poikien osuus on kasvanut vuoteen 2013 saakka ja siitä eteenpäin se on pysynyt samana. (Ollila & Ruokolainen 2016.)

Sähkösavukkeen käyttö on lisääntynyt myös niillä, jotka eivät ole kokeilleet nikotiinituotteita lainkaan. Vuonna 2013 suomalaisista nuorista 17 % oli kokeillut sähkösavuketta. (Puupponen, Ruokolainen, Ollila & Seppänen, 2017.)

Tutkimus tehtiin yhteistyössä Ilmajoen kunnan kanssa. Tutkimuksen tarkoituksena oli saada tietoa Ilmajoella kuudetta luokkaa käyvien tyttöjen sekä poikien tupakka- tuotteiden käytöstä, käytönmäärästä sekä perheenjäsenten tupakointitottumusten vaikutuksesta nuoriin.



## 2 TUPAKOINTIIN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT

Tutkimuksessa käytetyt keskeiset käsitteet olivat nuoret, tupakkatuotteet sekä sähkösavukkeet. Tupakkatuotteet, joihin tutkimus haluttiin kohdistaa, olivat tupakka ja nuuska.

### 2.1 Perinnölliset tekijät

Kokeilu, käytön aloittaminen, säännöllinen käyttö ja lopulta riippuvuus ovat vaiheet nikotiiniriippuvuuden kehittymiselle. Riippuvuuden kehittymiseen vaikuttavat niin geneettiset tekijät, ympäristötekijät sekä lähipiirin tavat. Lapsilla, joiden vanhemmat tupakoivat, on kaksinkertainen riski päivittäiseen tupakointiin, verrattuna ei tupakoivien vanhempien lapsiin. (Heloma, Kiianmaa, Korhonen & Winell 2017, 75.)

Nikotiiniriippuvuuden syntyyn vaikuttavat geenit jaetaan kahteen pääluokkaan: geeneihin, jotka vaikuttavat nikotiinireseptorien herkkyyteen ja toimintaan sekä geeneihin, jotka liittyvät nikotiinin aineenvaihduntaan. Ainoastaan yksin nämä geenit eivät vaikuta siihen, tuleeko tupakan kokeilijasta riippuvainen vai ei. Ympäristön vuorovaikutus on suuressa roolissa, kuinka voimakkaasti geenit toimivat. Geenien ja ympäristön vaikutus näkyy erityisesti nuorten tupakoinnissa. Vanhempien sekä isovanhempien rooli tupakan käytössä vaikuttaa siihen, miten herkästi nuoresta tulee tupakoitsija. Kodeissa, joissa vanhemmat polttavat mutta nuorten tupakointi on kotona kielletty, lasten riski aloittaa tupakointi on pienempi kuin niillä, joilla ei tällaista kieltoa ole. Koulun tehtävä on auttaa vanhempia pitämään nuoret tupakoimattomina terveystiedon opetuksen, sääntöjen ja tupakkavalistuksen avulla. (Heloma ym. 2017, 58, 76.)

Geenien vaikutusta tupakoinnin ja nikotiiniriippuvuuden kehittymiselle on tutkittu useiden vuosikymmenten ajan kaksostutkimuksilla. Näissä tutkimuksissa on käynyt ilmi, että identtisillä kaksosilla tupakoinnin yhteneväisyys on yleisempää kuin epäidenttisillä. Kaksos-, perhe- ja adoptiotutkimukset selittävät, että perintötekijät sekä ympäristötekijät vaikuttavat suuresti tupakointiin sekä nikotiiniriippuvuuteen. (Heloma ym. 2017, 76.) Käypä hoito- suosituksen (2016) tutkimukset kertovat, että

Suomessa tehdyissä kaksostutkimuksissa on käynyt ilmi säännöllisen tupakoinnin periytyvyyden olevan miehillä 59 % ja naisilla 36 %.

## 2.2 Imago

Tupakointi on rantautunut Eurooppaan löytöretkien myötä. Aluksi tupakoinnille ei ollut edes nimeä, vaan sitä sanottiin esimerkiksi savun juomiseksi tai kuivaksi juopoudeksi. Tupakan maine kiri eteenpäin porvariston aseman nousun myötä. Tupakasta tuli korvike alkoholille porvareiden elämässä. (Hakkarainen 2000, 9.)

Tupakan kuuluisuus kasvoi 1900- luvulla, kun sen massatuotanto alkoi. Suomessa valmistettiin ensimmäiset savukkeet vuonna 1856, Rettigin tupakkatehtaalla. Filtterisavukkeen tultua markkinoille 1950- luvulla, tupakasta tuli modernin elämäntavan symboli. Tupakkavalmistajien mainostus haluttiin iskostaa jokaisen tajuntaan: ”Colt iskee miehen makuun” & ”Miehet sen tietävät, Boston on täyttä tupakkaa”. 1960- luvulla naisten tupakoinnistakin tuli hyväksyttävää, jolloin myös nuorten suhtautuminen tupakointiin tuli avoimemmaksi. Esimerkiksi 1970- luvulla monet koulut asensivat pihoihin tuhkakuppeja ja abiturientit saivat käydä hermosauhuilla kesken kirjoitusten. (Heloma ym. 2017, 36.) Tupakkayhtiö Marlboron tunnushenkilö oli vuosina 1954 –1999 Marlboro-mies. Nämä miehet olivat maskuliinisia karjapaimenia, jotka esiintyivät luonnossa ainoastaan tupakan kanssa. Tällä mainonnalla haluttiin poistaa filtterisavukkeiden saama feminiininen maine. (MailOnline, 2017).

Nykypäivänä tupakka on yksi saatavilla olevista nautintoaineista, jolla on monia sosiaalisia ja kulttuurisia merkityksiä. Tupakoija voi toimillaan ilmentää esimerkiksi itsenäisyyttä, vapautta, kapinallisuutta sekä yhteenkuuluvuutta. (Hakkarainen 2000,9–10.)

Suomessa on määrätty tupakkalaki, jonka avulla pyritään muun muassa ehkäisemään tupakkatuotteiden käytön aloittamista, edistämään tupakkatuotteiden käytön lopettamista ja suojellaan ihmisiä altistumasta tupakkatuotteiden savulle. Lain myötä tupakkatuotteita ei saa lainkaan mainostaa, tupakkatuotteita ei saa myydä

alle 18- vuotiaille ja tupakointi on myös kiellettyä ravintoloissa ja ulkoalueilla, jotka on tarkoitettu pääosin alle 18- vuotiaille. (Valvira, 2016.)

## **2.3 Tuote**

Tupakkatuote on valmistettu kokonaan tai osittain tupakasta. Se on tarkoitettu poltettavaksi, imeskeltäväksi, pureskeluun tai vedettäväksi sieraimiin. Tupakkatuotteiksi kutsutaan muun muassa savukkeita, sikareita, piippu- ja savuketupakkaa, käärittäväksi tarkoitettua tupakkaa, purutupakkaa ja nuuskaa. Myös savukepapereita ja muita tupakkaa sisältäviä tuotteita kutsutaan tupakkatuotteiksi. (Tilastokeskus, 2018.)

Tupakan ja nuuskan lisäksi myös sähkösavuke haluttiin ottaa huomioon tutkimuksessa.

### **2.3.1 Tupakka**

Tupakka valmistetaan Nicotina-kasvin lehdistä kuivattamalla. Nicotina-kasveja on useita eri lajeja, mutta tupakkatuotteet ovat aina väriltään ruskeita ja niissä jokaisessa on samankaltainen aromi. Tupakkaa voidaan käyttää polttamalla, nuuskana tai suun kautta käytettävänä purutupakkana. Tupakansavu sisältää jopa 7000 kemiallista yhdistettä, joilla on monenlaisia haittavaikutuksia ihmiselle. Tupakansavu sisältää ainakin 70 syöpää aiheuttavaa kemikaalia, eli karsinogeenia. Suomessa tupakointiin liittyvistä sairauksista jopa 6000 johtaa kuolemaan joka vuosi. (THL 2016 a.)

Tupakka sisältää muun muassa nikotiinia, joka on tärkein riippuvuutta aiheuttava ainesosa. Nikotiini aktivoi hermoratoja ja tämä aiheuttaa muutoksia välittäjäaineissa, joka ylläpitää riippuvuutta. Riippuvuus voi kehittyä erittäin nopeasti mutta siinä on havaittavissa yksilöllisiä eroja. Tupakkatuotteiden ja sähkösavukkeiden lisäksi nikotiinia käytetään muun muassa tuholaisten torjunta-aineissa. (THL 2016 a.)

Tupakka ei sisällä ainoastaan itse kasvista tulevia myrkyllisiä aineita vaan siihen on myös laitettu lisääaineita, joiden avulla helpotetaan tupakkariippuvuuden kehittymistä. Näitä lisääaineita ovat muun muassa ammoniakkiyhdisteet, asetaldehydi ja myös sokeria ja vanilliinia käytetään. Tupakkateollisuudessa on sallittua käyttää lisääaineita, vaikka on viitteitä siitä, että näillä lisääaineilla on haitallisia ja vaarallisia vaikutuksia terveydelle. (THL 2016 a.)

### **2.3.2 Nuuska**

Nuuska on savuton tupakan muoto. Nuuska sisältää myös riippuvuutta aiheuttavaa nikotiinia. Nuuska on jauhattua tupakkaa, johon on lisätty muun muassa vettä, suola, aromeja ja muita vaarallisia kemikaaleja. Tutuimpia näistä kemikaaleista ovat esimerkiksi raskasmetallit, kuten lyijy, kromi ja nikkeli. Nuuskalaadut vaihtelevat riippuen siitä, miten ne on valmistettu, ovatko ne pastöroituja vai ei. Kuitenkin nuuska sisältää paljon terveydelle haitallisia ainesosia. (THL 2016 a.)

Kuten tupakka myös nuuska aiheuttaa nikotiiniriippuvuutta, syöpää ja monia muita terveyshaittoja. Verrattaessa nuuskaa ja poltettavaa tupakkaa ovat syntyvät haitta-aineet hieman erilaisia. Erään ruotsalaisen tutkimuksen mukaan nuuskan käytöllä ei ole yhteyttä keuhkosityövän esiintymiseen. Suun alueen vauriot ovat samankaltaiset poltettavalla tupakalla ja nuuskalla. Yleisin syöpä, jota nuuska aiheuttaa on haimasyöpä. Myös suuontelon ja ruokatorven syövät ovat yleisiä nuuskan käyttäjällä. Nuuska sisältää nikotiinia noin 7–8 mg/g. Nuuskaajan nikotiiniannos on keskimääräisesti suurempi kuin tupakoivalla, mutta nikotiinin vaikutukset ovat samat. (THL 2016 a.)

Nuuskan myyminen ei ole sallittua Suomessa, joten useimmiten sitä tuodaan joko Ruotsista tai Virosta (Valvira, 2016).

### **2.3.3 Sähkösavuke**

Sähkösavuke on sähköllä toimiva laite, joka imitoi tupakkaa. Sähkösavuke koostuu useimmiten patruunasta, lämmityselementistä sekä ladattavasta akusta. Sähkösavukkeita on olemassa kertakäyttöisiä ja useita kertoja käytettäviä malleja. Säh-

kösavukkeita saa nikotiinilla tai ilman ja on mahdollista valita eri makuvaihtoehtoja. Ulkomuodollisesti se voi muistuttaa hyvin paljon tupakkaa mutta ulkomuotoja on useita. Sähkösavuke ei sisällä tupakanpurua vaan nestettä, joka on pääosin valmistettu glyserolista tai propyleeniglykoliasta, joita on myös tupakassa. (THL 2016 a.) Sähkösavukenesteestä on löydetty myös dietyleeniglykolia, joitain lääkkeitä, nitrosamiineja sekä raskasmetalleja, kuten nikkeliä ja lyijyä. Sähkösavukenesteiden sisältämät nikotiinipitoisuudet vaihtelevat, koska nesteiden valmistus ei ole standardoitua ja laatuvarmistettua. Esimerkiksi nikotiinittomiksi merkityistä nesteistä on tutkimusten mukaan löytynyt nikotiinia. (Heloma ym. 2017, 32–33.)

Sähkösavukkeen vaarallisuus perustuu mahdollisesti siihen, että sen sisältämä nikotiini on nestemäisessä muodossa ja täten myrkyllinen vaikutus on huomattavasti voimakkaampi kuin esimerkiksi tupakan sisältämän nikotiinin myrkyllisyys. Useimmiten sähkösavuke ja niiden sisältämät nesteet tilataan netistä, jolloin niiden sisällöissä saattaa olla huomattavaa vaihtelua. Sähkösavukkeen sisältämän nikotiinin vuoksi, se voi mahdollisesti aiheuttaa riippuvuutta. Sähkösavuke on erityisen vaarallinen nuorille, sillä aivot kehittyvät 25 ikävuoteen asti ja altistuminen nikotiinille riippuvuuden lisäksi voi haitata oppimista. (Jalkanen, Värelä & Kalliomäki. 2016.)

### 3 VAIKUTUKSET TERVEYTEEN SEKÄ YHTEISKUNTAAN

Tupakkatuotteilla sekä sähkösavukkeiden käytöllä on monia terveydellisiä mutta myös yhteiskunnallisia haittoja. Suomessa vuonna 2012 tupakan aiheuttamat suorat terveydenhuollon kustannukset olivat noin 300 miljoonaa euroa ja sairauspäivärahat sekä työttömyyseläkekustannukset reilusti yli 300 miljoonaa euroa. Epäsuoria kustannuksia ovat esimerkiksi tupakkataukoihin käytetty työaika, tupakasta aiheutuneet tulipalot, tupakkaehkäisyyn sekä -valvonnan kustannukset. Kaikkineen on laskettu, että tupakointi on aiheuttanut vuonna 2012 Suomelle 1,5 miljardin euron kustannukset. (Heloma ym. 2017, 109–112.)

Terveydelliset vaikutukset voidaan jakaa lyhyt- sekä pitkäaikaisvaikutuksiin. Lyhytaikaiset vaikutukset esimerkiksi nuorilla ovat pituuskasvun hidastuminen, keskittymiskyvyn heikkeneminen ja masentuneisuus. Pitkäaikaisvaikutuksista huomattavimmat ovat raskaudenaikaisia, sillä nikotiini kulkeutuu istukan läpi suoraan sikiön verenkiertoon. Osa näistä terveysvaikutuksista voi ilmetä vasta aikuisiällä. Esimerkkejä näistä terveysvaikutuksista ovat: ylipainon riski aikuisuudessa, sperman laadun heikkeneminen ja kivesten pienempi koko, riski sairastua astmaan, psyykkiset ongelmat sekä käytöshäiriöt. (Heloma ym. 2017, 98–107, 175.) Hengitystiesairauksia tulee herkemmin ja niistä paraneminen vie enemmän aikaa. Ihon pintaverenkierto heikkenee, minkä seurauksena ihminen palelee enemmän ja ihon akneriski suurenee. Sydän sekä aivot rasittuvat, sillä nikotiini nostaa verenpainetta ja sykettä. Häkä syrjäyttää hapen verenkierrossa, jolloin suorituskyky heikkenee. Tupakoinnin seurauksena nuoren keuhkot eivät pääse kehittymään täydelliseen koonsa. Tupakoivien elinajanodote lasketaan kymmenen vuotta lyhyemmäksi kuin tupakoimattomilla. (Nuortenlinkki, 2018.)

Nikotiinin käyttö raskauden aikana vaikuttaa sekä äitiin että sikiöön. Nikotiini voi aiheuttaa sikiölle esimerkiksi ennenaikaisen syntymän, synnytyksen aikaisen happivajeen tai jopa kuolleena syntymisen. Nikotiini vaikuttaa haitallisesti sikiön ja syntyneen lapsen aivoihin. Odottavan äidin lyhytaikainen nikotiinikorvaushoito on turvallisempaa sikiölle ja syntyvälle lapselle kuin tupakoinnin jatkaminen. (THL

2016 b.) Tupakoivat odottavat äidit saavat useammin keskosia kuin tupakoimattomat (Ekblad, Maunu, Munck, Ekblad, Matomäki, Lapinleimu, Haataja, Lehtonen & PIPARI-tutkimusryhmä.2008).

Tupakan, nuuskan sekä sähkösavukkeen terveydelle haitalliset vaikutukset koskevat lähes jokaista elimistön osaa. Tupakointi erityisesti lisää riskiä keuhkosityöpään sairastumiselle, noin 90 % keuhkosityöpään sairastuneita ovat tupakoijia. Tupakointi lisää myös riskiä useille muille syöville. Tupakointi lisää riskiä sairastua myös erilaisiin keuhkosairauksiin, sydän- ja verisuonisairauksiin, diabetekseen, autoimmuunisairauksiin sekä silmäsairauksiin. (Heloma ym. 2017, 97–101.) Myös passiivinen tupakointi altistaa monille terveysriskeille, esimerkiksi keuhkosityövälle. Raskauden aikainen passiivinen tupakointi häiritsee sikiön kehitystä. (Nuortenlinkki, 2018.)

Nuuskan sekä sähkösavukkeen vaikutuksista terveyteen tiedetään paljon vähemmän kuin tupakan. Nuuskan käyttö rajautuu maantieteellisesti ja sähkösavuke on ollut markkinoilla vasta noin kymmenen vuotta. Nuuskan pidempiaikaisia terveysvaikutuksia on myös hankalaa arvioida sen vuoksi, että useimmiten nuuskaajat käyttävät tai ovat käyttäneet tupakkaa. Lisäksi arviointia vaikeuttavat nuuskatuotteiden valmistustapojen erilaisuus. Nuuskassa terveydelle eniten haittaa aiheuttaa sen sisältämä nikotiini. Nuuskan käyttö lisää riskiä sairastua sydän- ja verisuonisairauksiin. Nuuskan terveydelliset haitat näkyvät useimmiten suun terveydessä. Esimerkiksi hampaat värjäntyvät, ikenet vetäytyvät, suun limakalvoissa tapahtuu muutoksia ja hengitys on pahanhajuinen. Nuuskan käyttäjillä on havaittu esiintyvän muun muassa suusyöpää, haimasyöpää sekä ruokatorvensyöpää. (Heloma ym. 2017, 102.)

Sähkösavukkeiden pidempiaikaisista terveysvaikutuksista ei ole vielä kertynyt tietoa, mutta esimerkiksi myrkytykset ovat lisääntyneet. Solukokeissa on tehty havaintoja, että keuhkosolujen puolustusmekanismit ovat heikentyneet, antibioottien teho on huonontunut ja vaara sairastua erilaisiin infektioihin on lisääntynyt. Sähkösavukkeiden käyttäjiltä on saatu tietoa erilaisista haittavaikutuksista. Rintakivut, nopea sydämen syke, huimaus, matala verenpaine sekä nielun ja suun ärsytys ovat

esimerkkejä sähkösavukkeen haittavaikutuksista. Nämä eivät kuitenkaan kuvaa luotettavasti sähkösavukkeen käytöstä aiheutuneita klinisiä haittoja. Sähkösavukkeiden käyttäjiltä kuin myös tupakoijilta on havaittu virtsassa syöpää aiheuttavia aineenvaihduntatuotteita. (Heloma ym. 2017, 103–104.)

Geeniperimä vaikuttaa persoonallisuuden kehitykseen. Henkilöt, jotka omaavat vahvan riskinottoaluonteen, ovat herkempiä riippuvuuden synnylle nikotiinia kohtaan. Perintötekijöiden vaikutusta riippuvuuden kehittymiselle tutkitaan, jotta voitaisiin kehittää uusia hoitomuotoja riippuvuussairauksia vastaan. (Stumppi, 2018.)



## **4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET**

Tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa Ilmajoella kuudetta luokkaa käyvien nuorten tupakkatuotteiden sekä sähkösavukkeen käyttöä. Oliko tyttöjen ja poikien välillä eroa ja miten vanhempien tupakointitavat vaikuttivat nuoreen.

Tutkimuksen tavoitteena oli, että kerättyä materiaalia voitaisiin käyttää hyväksi kouluterveydenhuollon tupakkavalistuksen kohdentamisessa.

Tutkimuskysymykset ovat

1. Miten paljon, missä ja mitä tupakkatuotteita sekä sähkösavukkeita nuoret käyttävät?
2. Mitä eroavaisuuksia on käytössä ja yleisyydessä tyttöjen ja poikien välillä?
3. Käytetäänkö kotona tupakkatuotteita ja/tai sähkösavuketta?
4. Tupakoinnin sekä sähkösavukkeen käytön aloittamiseen ja jatkamiseen vaikuttavat tekijät?
5. Miten nuoret hankkivat tupakkatuotteensa ja/tai sähkösavukkeensa?

## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tämän opinnäytetyön tutkimus toteutettiin kvantitatiivisena tutkimuksena, jolla pystyttiin mittaamaan muuttujia sekä muuttujien välisiä yhteyksiä. Tuloksia raportoitaessa pystyttiin hyödyntämään tilastollisia menetelmiä. Kvantitatiivinen tutkimus voidaan suorittaa joko pitkittäis- tai poikittaistutkimuksena. Poikittaistutkimuksessa aineisto kerätään kertaluontoisesti eikä tutkimusilmiötä tarkastella suhteessa ajan etenemiseen. Pitkittäistutkimuksen aineisto kerätään useana kertana tutkimusilmiön säilyessä samana. (Kankkunen ym. 2013, 55–56.) Tämän opinnäytetyön tutkimus suoritettiin poikittaistutkimuksena, sillä aineisto kerättiin ainoastaan kerran.

Tutkimukseen osallistujat olivat Ilmajoella kuudetta luokkaa käyviä tyttöjä sekä poikia. Tämä ikäluokka valikoitui kohderyhmäksi Ilmajoen kunnan edustajan pyynnöstä, mutta on myös ajankohtainen, sillä koululaiset ovat siirtymässä alakoulusta yläkouluun ja houkutus on tarjolla kenties enemmän ja mahdollisesti halutaan myös kokeilla omia rajoja. Tutkimus tehtiin kokonaisotantana, sillä jokainen kuudesluokkalainen Ilmajoella sai mahdollisuuden osallistua tutkimukseen. Mahdollisia osallistujia tutkimukseen oli noin 130 kappaletta.

### 5.1 Aineistonkeruu, analysointi ja raportointi

Tutkimukseen osallistuminen tulee olla aina vapaaehtoista. Osallistumisen tulee perustua aina osallistujan tietoiseen suostumukseen. Osallistujien itsemääräämisoikeutta on kunnioitettava koko tutkimusprosessin ajan. Tutkijan tulee estää tutkimuksesta mahdollisesti esiintyvät haitat sekä tutkija vaalii tutkimuksen eettisyyttä sen kaikissa vaiheissa (Kankkunen ym. 2013, 217–223.)

Tutkimus oli tarkoitus toteuttaa kokonaisotantana, sillä kyselylomake haluttiin toimittaa jokaiselle kuudesluokkalaiselle Ilmajoella (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 179). Kankkunen ym. (2013) mukaan tutkimuksen teolle tulee hankkia aina tutkimuslupa ja luvan hankinnan yhteydessä on hyvä selvittää saako kohdeorgani-

saation nimi näkyä tutkimustuloksia raportoitaessa. Tähän tutkimukseen tutkimusluvan myönsi Ilmajoen kunnan sivistystoimenjohtaja. Luvan saatuaan tutkija oli yhteydessä alakoulujen rehtoreihin, sopiakseen tutkimuksen ajankohdasta ja muista yksityiskohdista. Tutkija pyysi rehtoreita ottamaan yhteyttä tutkittavien vanhempiin Wilman kautta ja välittämään saatekirjeen vanhemmille tekstin muodossa (liite1). Tutkittavien kuuluessa haavoittuviin ryhmiin, ollessaan alaikäisiä, oli saatava lupa vanhemmilta tutkimuksen tekoon (Kankkunen ym. 2013, 213). Tutkimus toteutettiin jokaisessa alakoulussa samana ajankohtana, yhden viikon sisällä. Rehtoreiden kanssa sovittiin, milloin tutkimus toteutetaan. Tutkija toimitti kyselylomakkeet sekä palautuskuoret koulujen rehtoreille ja rehtorit valitsivat opettajat, jotka toteuttivat tutkimuksen teon kohderyhmille. Tutkija toimitti kyselylomakkeita 109 kappaletta, yhden koulun kieltäytyessä osallistumasta tutkimukseen. Luotettavien tutkimustulosten varmistamiseksi tavoitteena oli saada yli 50 vastattua kyselylomaketta takaisin. Täytettyjä lomakkeita tutkija sai takaisin 81 kappaletta.

Kyselylomake muodostui 12:sta kysymyksestä, joissa oli aiheena tupakka, nuuska sekä sähkösavuke. Kysymyksistä 10 oli strukturoituja monivalintakysymystä ja kaksi avointa kysymystä. Analysointivaiheessa strukturoidut kysymykset helpottivat tietojen tallentamista sekä vastausten käsittelyä (Holopainen & Pulkkinen 2008, 42–43). Vastaajien taustatiedoista haluttiin tietää ainoastaan sukupuoli. Vastausohjeet löytyivät kyselylomakkeen alusta (Liite3). Kyselylomakkeen täyttöön kului ainoastaan muutama minuutti aikaa. Kyselylomake tehtiin ainoastaan tätä tutkimusta varten, ja se esitestattiin pienemmällä joukolla. Esitestauksen tehtävänä oli selvittää, olivatko kysymykset muodostettu ymmärrettäviksi ja välttyttäisiinkö väärinymmärryksiltä (Kankkunen ym 2013, 191).

Kyselylomakkeen lopun avoimiin kysymyksiin, ei saatu niin paljoa vastauksia, että niitä olisi voinut käsitteellistää induktiivisella sisällön analyysillä. Induktiivisen sisällön analyysin tavoitteena on sanojen luokittelu teoreettisen merkityksen mukaan tutkimuskysymyksien johdattelemana (Kankkunen ym. 2013, 166–167). Vähäisten vastausten ja kohderyhmän pienuuden vuoksi näiden tulosten julkistaminen jätettiin

kokonaan pois raportista. Kankkunen ym. (2013) tuovat teoksessaan ilmi anonymiteetin säilyttämisen tärkeyden koko tutkimustyön prosessin ajan.

Aineiston analysointia suoritettaessa kyselylomakkeet numeroitiin juoksevilla numeroinnilla. Strukturoitujen monivalintakysymysten tiedot syötettiin SPSS 23 -tilasto-ohjelmaan, joka muunsi vastauksen tilastollisesti käsittelevään muotoon. Tulokset raportoitiin kirjallisesti ja apuna käytettiin mahdollisuuksien mukaan myös taulukoita, jolloin tulokset saatiin paremmin ymmärrettävään muotoon.

## 5.2 Tutkimusetiikka

Tutkimusetiikan ohjeiden mukaan tutkijan tulee pyrkiä minimoimaan tutkittaville aiheutuvat tarpeettomat haitat sekä riskit koko tutkimusprosessin ajan (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 218). Tutkimukseen tuli vastata nimettömästi, eikä siihen vastaamisesta tai vastaamatta jättämisestä seurannut palkkiota tai sanktiota. Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista ja vastaamisen sai keskeyttää missä vaiheessa tahansa. Tutkimuksen kysymysten aiheet olivat melko henkilökohtaisia, mutta tutkittavien henkilöllisyys ei paljastunut kyselylomakkeiden kysymysten perusteella.

Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen (2013,218–219) tuovat ilmi itsemääräämisoikeuden, vapaaehtoisuuden sekä tietoisuuden suostumuksen tutkimukseen osallistumiseen. Kukaan tutkimukseen osallistujista ei nähnyt kyselylomaketta ennen kyselypäivää, sillä materiaali toimitettiin kouluihin suljetussa kirjekuoressa ja se avattiin vasta juuri ennen tutkimuksen tekoa. Opettajat informoivat oppilaita tutkimuksesta. Koululaisten anonymiteetin säilymisestä pidettiin huoli, siten että kyselylomakkeet palautettiin heti vastaamisen jälkeen palautuskuoreen ja se suljettiin opettajan toimesta heti, kun kaikki vastaukset oli saatu. Myös tyhjät kyselylomakkeet tuli palauttaa muiden mukana, jolloin tutkija tiesi, moniko oli jättänyt vastaamatta. Kirjekuoria säilytettiin lukitussa tilassa niin kauan, kunnes ne toimitettiin Ilmajoen kunnan sivistystoimenjohtajalle. Sivistystoimenjohtaja toimi kirjekuorten kanssa samoin niin kauan, kunnes tutkija nouti vastaukset itselleen. Tutkija säilytti aineistoa

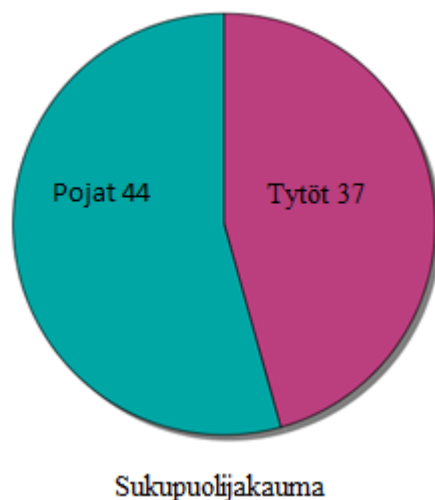
lukitussa tilassa ja sitä käytettiin ainoastaan tähän tutkimukseen ja se tuhottiin ohjeiden mukaisesti joko polttamalla tai silppuamalla, kun sitä ei enää tarvittu. Kyse-lylomakkeen alun ohjeistuksessa tutkimukseen osallistuville kerrottiin, että tutki-mukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja valmis opinnäytetyö tullaan julkaise-maan ammattikorkeakoulujen julkisessa opinnäytetyöpankissa Theseuksessa.

## 6 TUTKIMUSTULOKSET

Tässä luvussa käydään läpi tutkimuksesta saadut tulokset aihealueittain.

### 6.1 Tutkimukseen osallistuneet

Kyselylomakkeen ensimmäinen kysymys kohdistui tutkittavien taustaan eli tässä tutkimuksessa se oli osallistujien sukupuoli. Tutkimukseen osallistujat jakautuivat melkein tasan puoliksi tyttöjen ja poikien kesken. Keväällä 2017 Ilmajoella oli 130 kappaletta kuudesluokkalaista. Yksi kouluista kuitenkin kieltäytyi osallistumisesta tutkimukseen, koska opettaja ajatteli kysymysten johdattelevan nuoria kokeilemaan tai saamaan vinkkejä esimerkiksi sähkötupakoinnista. Tästä syystä johtuen kyselylomakkeita lähetettiin matkaan 109 ja takaisin kyselylomakkeita tuli 81 kappaletta. Vastausprosentiksi saatiin noin 74 (Kuvio 1).

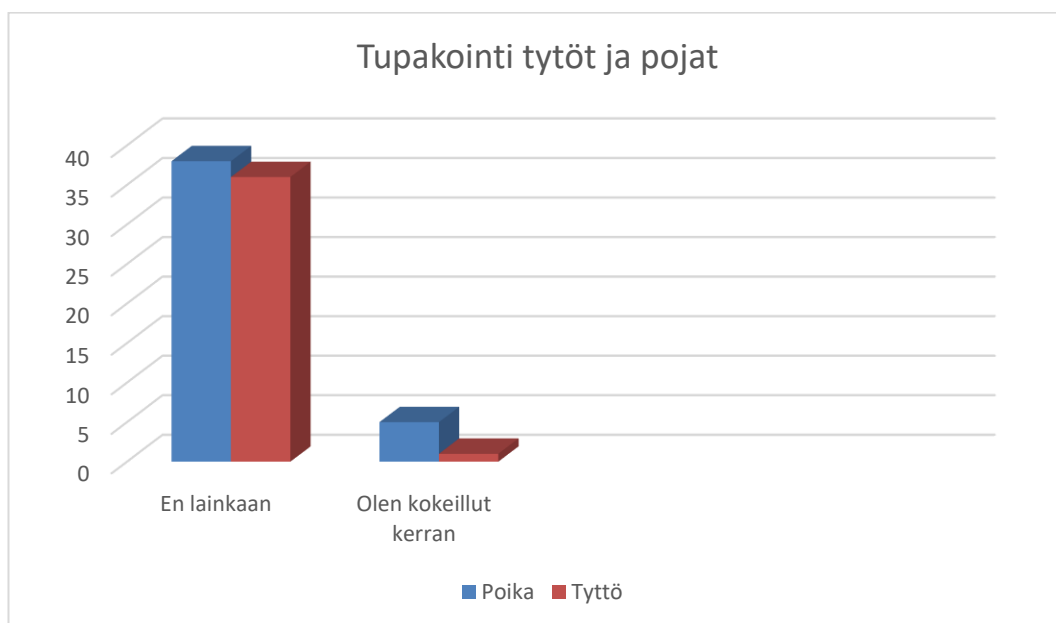


**Kuvio 1.** Tutkimukseen osallistuneiden sukupuolijakauma.

### 6.2 Tupakointi ja nuuskaaminen

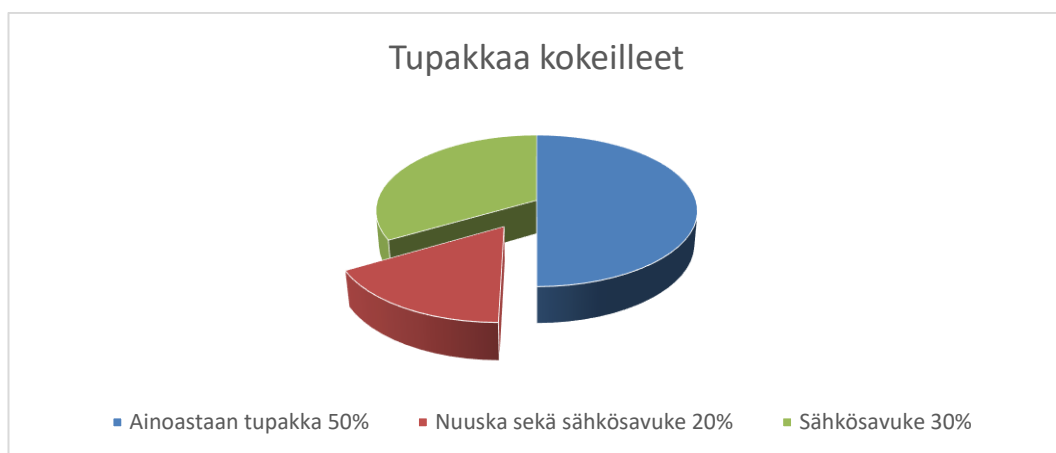
Kyselylomakkeen kysymyksillä haluttiin selvittää miten paljon ja mitä tupakkatuotteita nuoret käyttävät ja mistä he niitä saavat. Vastaukset olivat erittäin vähäisiä kysyttäessä ”mistä nuoret tupakkatuotteensa tai sähkösavukkeensa hankkivat”. Ainoastaan muutama kertoi, että oli saanut näitä kyseisiä tuotteita kavereiltaan.

Kysyttäessä tupakan käytöstä nuorten vastauksista käy ilmi, että Ilmajokisista kuudesluokkalaisista alta 10 % on joskus kokeillut tupakkaa mutta sitten lopettanut. Tupakkaa kokeilleista ainoastaan yksi on tyttö. Tutkimuksen toteutushetkellä tutkimukseen osallistuneista kuudesluokkalaisista kukaan ei kerro käyttävänsä tupakkaa säännöllisesti. (Kuvio2.)



**Kuvio 2.** Tupakointi tytöt ja pojat.

Tupakkaa kokeilleista vastaajista 50 % on kokeillut ainoastaan vaan tupakkaa (kuvio3.)



**Kuvio 3.** Tupakkaa kokeilleet.

Nuuska ei ole Ilmajoella kuudesluokkalaisten käytössä. Kysymykseen 79 vastanneesta, ainoastaan yksi kertoo joskus kokeilleensa nuuskaa.

24

### 6.3 Sähkösavukkeen käyttö

Kysyttäessä sähkösavukkeesta oli kysymykset jaoteltu kolmeen erilaiseen vaihtoehtoon; nikotiinia sisältävään, vain makuaineita sisältävään tai joitain muita aineita sisältävään vaihtoehtoon. Nikotiinia sisältävää sähkösavuketta oli joskus kokeillut yksi vastanneista. Ainoastaan makuaineita sisältävää sähkösavuketta kertoo kokeilleen joskus tai silloin tällöin noin joka kymmenes vastaajista. Sähkösavukkeen kokeilijoista noin 60 % ei ole kokeillut muita tupakkatuotteita lainkaan. (Taulukko 1.)

**Taulukko 1.** Sähkösavukkeen käyttö.

	En ollenkaan	Olen joskus kokeillut	Kyllä silloin tällöin	Total
Tyttö	31	2	1	34
Poika	37	4	0	41
Total	68	6	1	75

### 6.4 Koululaisten kotiolot

Kyselylomakkeen avulla haluttiin saada selville, miten moni nuorista joutuu tai on joutunut alttiiksi äidin, isän tai jonkun muun läheisen tupakoinnille. Tupakkaa kokeilleista nuorista jokainen on joskus joutunut altistuneeksi tupakoinnille. (Taulukko 2, 3 & 4.)

**Taulukko 2.** Äidin tupakointi.

	Onko äiti tupakoinut läsnäollessasi			Total
	ei ole koskaan	on tupakoinut, mutta lopettanut	tupakoi nykyisin	
Tupakoitko en lainkaan	36	10	11	57
olen kokeillut kerran	2	1	2	5
Total	38	11	13	62



**Taulukko 3.** Isän tupakointi.

	Onko isä tupakoinut läsnäollessasi			Total
	ei ole koskaan	on tupakoinut, mutta lopettanut	tupakoi nykyisin	
Tupakoitko en lainkaan	31	19	15	65
olen kokeillut kerran	3	0	3	6
Total	34	19	18	71

**Taulukko 4.** Muun läheisen tupakointi.

	Onko joku muu läheinen tupakoinut läsnäollessasi			Total
	ei ole koskaan	on tupakoinut, mutta lopettanut	tupakoi nykyisin	
Tupakoitko en lainkaan	20	5	15	40
olen kokeillut kerran	1	0	4	5
Total	21	5	19	45

### 6.5 Tupakkatuotteiden ja/tai sähkösavukkeen käytön aloittamisen ja lopettamisen syyt ja keinot

Kahteen viimeiseen avoimeen kysymykseen suurin osa vastaajista jätti vastaamatta. Näihin kysymyksiin liittyvää sisällönanalyysiä ei voitu suorittaa. Vastauksista kävi kuitenkin ilmi se, että tupakkatuotteita tai sähkösavuketta kokeillaan, jos kaverikin

on kokeillut. Nuorten ajatus on kuitenkin se, että kun haluaa lopettaa kaverit auttavat tässä tehtävässä.

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuksen perusteella suurin osa nuorista on hyvin valveutunutta eivätkä he halua pilata terveyttään tupakkatuotteilla tai sähkösavukkeella. Vaikka useimmat nuorista joutuvat altistumaan tupakkatuotteiden käytölle kotona, on heissä useita, jotka eivät siitä huolimatta ole kokeilleet mitään tupakkatuotteita tai sähkösavuketta lainkaan. Kaiken kaikkiaan Ilmajokisten nuorten keskuudessa on tällä ikäryhmällä hyvin vähän käytössä heiltä kiellettyjä tuotteita.

Tyttöjen ja poikien välillä käytössä on eroja. Pojat käyttävät enemmän tupakkatuotteita kuin tytöt. Tytöt ovat erityisen herkkiä kokeilemaan niin tupakkatuotteita kuin sähkösavukettakin erityisesti silloin, jos kaverikin on kokeillut. Tytöt koittavat herkästi sähkösavuketta, vaikka eivät olisi muita tupakkatuotteita kokeillut lainkaan.

Nuoret toivat ilmi sen, että kaverit altistavat kokeiluille. Kokeilukerroilla tupakat ja sähkösavukkeet onkin saatu kavereilta. Tupakoinnin, nuuskan tai sähkösavukkeen käyttöä lopetettaessa vastaajat uskoivat kavereiden auttavan.

## 8 POHDINTA

Tässä osiossa pohditaan opinnäytetyön prosessia tutkimustulosten, tutkijan oman oppimisen sekä tutkimuksen onnistumisen avulla. Luvun lopussa tuodaan esiin jatkokutkimusideoita.

### 8.1 Tulosten pohdinta

Ilmajoen kunnan alakouluissa tehty tupakkavalistus on ollut hyvin kohdistettua, sillä ainoastaan joka kymmenes on joskus koittanut tupakkaa. Raitasalo ym. (2012) ovat tuoneet tutkimuksissaan ilmi, että tupakointi on vähentynyt nuorten keskuudessa eikä tyttöjen ja poikien tupakoinnin aloitusiässä ole suurtakaan eroa. Tämä opinnäytetyö kohdistui kuudesluokkalaisiin, joten voidaan olettaa, että suurin osa vastaajista on 12–13-vuotiaita. Edeltävät tutkimukset ovat tuoneet ilmi, että vuonna 2011 16 % nuorista on aloittanut tupakoinnin 14-vuotiaana (Raitasalo ym. 2012).

Kyselylomakkeella ei saatu selville siihen, kuinka monen kotona tupakan, nuuskan tai sähkösavukkeen käyttö on kotona kiellettyä tai sallittua, sillä kukaan vastanneista ei kertonut missä paikoissa ovat näitä tuotteita kokeilleet. Nuoret, joiden kotona tupakointi on kiellettyä, on pienempi riski aloittaa tupakan poltto kuin heillä, joilla tällaista kieltoa ei ole (Heloma ym. 2017, 58,76). Tutkimus toi esiin sen, että nuoret, jotka ovat kokeilleet tupakkaa, ovat altistuneet tupakoinnille myös kotiloissa. Heloma ym. (2017) sekä Käypä hoito-suositukset (2016) osoittavat että ympäristö sekä geenit vaikuttavat suuresti tupakoinnin aloittamiseen. Myös passiivinen tupakointi aiheuttaa terveysriskejä, jopa jo odotusaikana sikiölle (Nuortenlinkki, 2018). Kuudesluokkalaisilla, joiden vanhemmat tupakoivat, on tuplariski päivittäiseen tupakointiin, verrattuna niihin, joiden vanhemmat eivät tupakoi (Heloma ym. 2017, 75).

Sähkösavuketta käyttävät sellaiset henkilöt, jotka eivät ole edes kokeilleet nikotiinituotteita. (Puupponen ym. 2017.) Erityisesti tyttöjen herkkyys sähkösavukkeen käytölle tuli ilmi tässäkin tutkimuksessa. Tytöistä, jotka olivat kokeilleet sähkösavuketta, ainoastaan yksi kertoo kokeilleensa myös tupakkaa. Vaikka vastan-

neet olivatkin käyttäneet vain makuaineita sisältäviä sähkösavukkeita, altistaa sähkösavukkeen kokeilu herkemmin myös tupakan sekä nuuskan kokeilulle. Tupakkaa kokeilleista 30% oli myös kokeillut makuaineita sisältävää sähkösavuketta.

Nuorten tupakkakokeilut saattavat olla myös merkkejä alkavasta teini-iästä. Teini-iässä lapsi on suurten muutosten alla niin hankisesti kuin fyysisestikin. Vanhempien kanssa riitely on osa arkipäivää. Teini-iässä lapsi yrittääkin vieroittautua vanhemmistaan (Terve.fi.) Nuori voi tupakoinnilla ilmaista kapinallisuutta sekä etsiä omia rajojaan. Tässä kohtaa vanhempien tulee pitää rajoista kiinni ja myös koulu on apuna tässä tehtävässä.

Valvira (2016) kertoo Suomessa määrätystä tupakkalaista, joka kieltää tupakkatuotteiden myynnin tai luovuttamisen alaikäisille. Se kieltää myös tupakkatuotteiden käytön alueilla, jotka ovat tarkoitettu pääasiassa alle 18-vuotiaille. Laki pyrkiikin ehkäisemään tupakkatuotteiden käytön aloittamista. Kyselyyn vastanneet kertoivat saaneensa tupakkatuotteet tai sähkösavukkeet kavereilta. Kukaan vastanneista ei kertonut, että olisi niitä saanut kotoa vaikka useimpien kotona tupakkaa käytettiin.

## **8.2 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys**

Tutkimuksen ollessa kvantitatiivinen, tulee sen luotettavuutta arvioida validiteetin sekä reliabiliteetin mukaan. Validiteetti tarkoittaa sitä, että mitaako tutkimus sitä mitä on tarkoituskin ja reliabiliteetti sitä, tuottaako mittari ei-sattumanvaraisia tuloksia. (Kankkunen ym. 2013, 189.) Kvantitatiivisen tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttaa aineiston analyysin sekä tulosten tulkinnan onnistuminen.

Yhden koulun opettaja kieltäytyi tutkimuksen tekemisestä, sillä hänen mielestään kysymysten asettelu ja kyselylomakkeen paperiversio saattaisi johdatella nuoria kokeilemaan tupakkatuotteita tai sähkösavuketta. Tästä syystä johtuen kyselylomake olisi hyvä tehdä Internet-versiona. Tällöin sähköisessä kyselyssä olisi mahdollisuus siihen, ettei ei-vastausten jälkeen kyselyyn vastanneilla ei olisi mahdollisuutta nähdä muita kysymyksen vaihtoehtoja. Tutkimukseen osallistujien ollessa näin

nuoria olisi hyvä välttää avoimia kysymyksiä tai laittaa ne kyselylomakkeen alkuun, jolloin kiinnostus saattaisi riittää vastaamaan niihin.

Tutkimuksen tekoa varten tutkija laati kyselylomakkeen Kankkusen & Vehviläinen- Julkunen (2013) ohjeistuksen avulla. Kyselylomakkeen kysymykset pohjautuivat aiheeseen liittyvään teoriaan, tutkimuskysymyksiin sekä jo tehtyihin tutkimustuloksiin. Tutkimuslomakkeen kysymyksillä haettiin vastauksia tutkimuksessa esitettyihin tutkimuskysymyksiin. Kyselylomakkeen kysymykset ryhmiteltiin johdonmukaisesti aihealueittain. Kysymykset muotoiltiin mahdollisimman selkeiksi niin, että nuoret ymmärtäisivät kysymykset ja niihin olisi helppo vastata ja väärinymmärryksiltä välttyttäisiin. Kyselylomakkeen alussa annettiin ohjeet kyselyyn vastaamiselle (Liite2 & Liite3). Kyselylomake esiteltiin samaan ikäryhmään kuuluvilla henkilöillä ja näin pyrittiin varmistamaan lomakkeen validiteettiä. Esitelmä on todettu erityisen tärkeäksi juuri silloin, kun mittari on kehitetty juuri tälle tutkimukselle (Kankkunen ym. 2013, 191). Tutkimustulokset kuitenkin osoittivat, että avoimet kysymykset olisi tullut laatia myös strukturoituna monivalintakysymyksinä, koska nuoret eivät olleet enää niihin jaksaneet tai halunneet vastata. Kyselylomakkeen monivalintakysymysten asettelu oli onnistunut, sillä väärinymmärryksiltä välttyttiin. Vastausprosentin ollessa hyvä (76 %) tutkimusta voidaan pitää luotettavana ja se voidaan yleistää myös isompaan joukkoon.

Tutkimuksen eettisyydestä pyrittiin pitämään kiinni koko tutkimusprosessin ajan. Tutkimuksen tekoa varten hankittiin vaadittava tutkimuslupa, tutkimukseen osallistujille kerrottiin heidän itsemääräämisoikeudestaan ja tutkimukseen osallistujien anonymiteetin säilymisestä pidettiin huoli koko tutkimusprosessin ajan sekä sen jälkeenkin. Aineiston analysoinnissa sekä tutkimustulosten raportoinnissa on huomioitu tutkimusetiikka. Tutkimusaineisto on säilytetty koko tutkimusprosessin ajan niin, että tutkimukseen osallistujien anonymiteetti on säilynyt eikä tuloksiin ole päässyt käsiksi kukaan muu kuin itse tutkija (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara.2009, 23–27.)

Tämän opinnäytetyön teoria pohjautuu jo aiheesta tehtyihin tutkimuksiin sekä muuhun tarvittavaan teorian tietoon. Lähteinä on käytetty luotettaviksi arvioituja hoitotieteellisiä tai muita aiheeseen liittyviä tutkimuksia sekä erilaisia julkaisuja ja artikkeleita. Aineistona on pyritty käyttämään mahdollisimman ajankohtaista lähdemateriaalia. Tutkimusta varten aineistoa on haettu Medic-, PubMed- ja Cinahl- tietokannoista sekä manuaalisesti Internetistä. Tietokannoissa hakusanoina on käytetty nuoret, tupakka, nuuska, sähkösavuke ja englanninkielisinä hakusanoina on käytetty young, tobacco, snuff.

Raporttia kirjoitettaessa tutkija pyrki välttämään plagiointia merkitsemällä lähteet sekä lähdemerkinnät täsmällisesti.

### **8.3 Oppimisprosessi**

Tutkimuksen teon aikana tutkija oppi kvantitatiivisen tutkimuksen perusteet ja tutkimuksen toteuttamista käytännössä. Tutkimuskäytännöt sekä tutkimusetiikan tärkeys selkiytyivät kunnolla vasta raporttia kirjoitettaessa. Tutkimussuunnitelmaa laatiessa ja raporttia kirjoittaessa tutkija oppi niin tiedon hakua kuin kyselylomakkeen tekoa.

Tutkimukselle suunniteltu aikataulu venyi tutkijan omista syistä johtuen. Aineistonkeruu suoritettiin kuitenkin ajallaan, ainoastaan opinnäytteen valmistuminen siirtyi. Tutkija teki tutkimusta ensimmäistä kertaa, joten koko tutkimusprosessi oli uusi.

Tutkijalle hankalinta koko opinnäytetyössä oli kirjoittaminen. Kirjoittaminen alkoi luonnistua vasta opinnäytetyöprosessin loppuvaiheessa. Lähteiden etsiminen sekä niihin viittaaminen oli hankalaa mutta työn myötä lähteiden käyttö sekä niihin viittaaminen edistyivät. Tutkija teki työn yksin, joka tuotti välillä ongelmia aikatauluksen sekä kriittisyyden kanssa. Opinnäytetyöprosessi opetti tutkijalle sen, että yhdessä työskentely auttaa lisäämään niin aktiivisuutta kuin tietoa ja kriittisyyttä.

Tutkimuksen aihe oli työn tekijän mielestä ajankohtainen ja täten onnistunut valinta. Tutkijalla itsellään oli olettamuksia ennen tutkimuksen tekoa. Tutkimustulokset yllättivät tutkijan positiivisesti. Tupakkakokeiluiden vähäinen määrä ilostutti,

vaikka kohderyhmänä olikin nuoret kuudesluokkalaiset. Surullisinta mitä tutkimuksessa kävi ilmi, oli se, miten monen kotona tupakoidaan edelleen, vaikka tupakkatuotteiden vaarallisuudesta on saatavilla hyvin paljon tietoa. Myös tupakkatuotteisiin menevän rahan määrän olisi ajatellut vähentävän tupakkatuotteiden käyttäjiä.

#### **8.4 Kehittämisideat sekä jatkotutkimusaiheet**

Tätä tutkimusta voitaisiin laajentaa siten, että tutkimukseen otettaisiin mukaan myös alkoholin ja muiden päihteiden käyttö. Täten myös vastaajien koulumenestys, harrastukset ja muut terveelliset elintavat olisi mielenkiintoista ottaa mukaan tutkimukseen. Tällöin saataisiin paremmin tietoa siitä, mitkä kaikki tekijät vaikuttavat toisiinsa ja miten. Sama tutkimus voitaisiin suorittaa eri paikkakunnilla, jolloin kulttuurilliset erot saattaisivat tulla esiin. Olisi myös mielenkiintoista saada tietoon, miten vanhempien ja muiden perheenjäsenten sosioekonominen taso vaikuttaa tupakkatuotteiden sekä sähkösavukkeen käyttöön.

Jatkotutkimusaiheena voisi olla, että kysely suoritettaisiin uudelleen vuoden päästä ensimmäisestä kyselyajankohdasta samalle kohderyhmälle. Kyselyyn osallistuneet olisivat sitten olleet vuoden yläkoulussa, joten se saattaisi muuttaa heidän ajatuksiinsa tupakkatuotteita sekä sähkösavuketta kohtaan.

Tutkimus olisi hyvä kohdistaa kyselyyn vastanneiden vanhemmille ja muille läheisille. Ehkä sen avulla vanhemmat ja läheiset ymmärtäisivät, miten paljon heidän tupakointitottumuksensa vaikuttavat lastensa tupakointiin. Tutkija olisi halukas tietämään, minkälaisena Ilmajokiset kuudesluokkalaiset kokevat tupakkavalistuksen, jonka ovat koulusta saaneet. Onko se ollut riittävää ja/tai tarpeellista ja onko siitä jäänyt mitään mieleen.



## LÄHTEET

Ekblad M., Maunu J., Munck P., Ekblad S., Matomäki J., Lapinleimu H., Haataja L., Lehtonen L. & PIPARI-tutkimusryhmä. 2008. Keskosten äidit tupakoivat ras-  
kausaikana muita yleisemmin. Suomen Lääkärilehti. 11, 1047–1051.

Hakkarainen P. 2000. Tupakka. Vastapaino. Tampere. Tammer - Paino Oy.

Heloma A., Kiianmaa K., Korhonen T. & Winell K. 2017. Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. 1.painos. Tallinna. Kustannus Oy Duodecim.

Holopainen, M. & Pulkkinen, P. 2008. Tilastolliset menetelmät. Helsinki. WSOY.

Hirsjärvi S., Remes P. & Sajavaara P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15.uud.painos. Hämeenlinna. Kariston Kirjapaino Oy.

Jalkanen V., Väreä V. & Kalliomäki J. 2016. Sähkötupakanesteen itsetuhoinen käyttö. Duodecim. 132, 1480–1483.

Kankkunen P. & Vehviläinen- Julkunen K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. 3.uud.painos. Helsinki. Sanoma Pro Oy.

Käypä hoito -suositus 2017. Tupakoinnin ja tupakkariippuvuuden genetiikka. Viitattu 11.04.2017. <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituks/suositus?id=nix01821&suositusid=hoi40020>

Nuortenlinkki. 2018. Tupakka. Viitattu 5.3.2018. <https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/pikatieto/tupakka>

MailOnline. 2017. Former Marlboro Man, 72, becomes FIFTH actor from iconic cigarette ads to die of lung disease. Viitattu 11.04.2017. <http://www.dailymail.co.uk/news/article-2546554/Ex-Marlboro-Man-dies-smoking-related-respiratory-failure.html>

Ollila H. & Ruokolainen O. 2016. Tupakkatuotteiden yhteiskäyttö yläkouluissa ja toisen asteen oppilaitoksissa 2000–2015. Tutkimuksesta tiiviisti, 2/2016. THL.

Puupponen, M., Ruokolainen, O., Ollila, H. & Seppänen, J. 2017. Savukkeiden, nuuskan ja sähkösavukkeiden aloittamisalttius, käyttö ja hankinta sekä suhtautuminen tekstivaroituksiin nuorilla keväällä 2016. Tutkimuksesta tiiviisti, 1/2017. THL.

Raitasalo K., Huhtanen P. & Miekka M. 2012. Nuorten päihteiden käyttö Suomessa 1995–2011. Suomi. THL.

Stumppi. 2018. Perimä ja riippuvuudet. Viitattu 5.3.2018. <https://stumppi.fi/tutkitua-tietoa/vanhempien-tupakointi/perima-ja-riippuvuudet/>

Tilastokeskus. 2018. Tupakkatuote. Viitattu 5.3.2018. <https://www.stat.fi/meta/kas/index.html?S>

Terve.fi. 2010. Kuinka selvittää teini-ikäisen tunnemyrskyjen kanssa? Viitattu 22.03.2018. <http://www.terve.fi/koululainen/kuinka-selvita-teini-ikaisen-tunne-myrskyjen-kanssa>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016 a. Nuuska, sähkösavuke ja tupakka. Viitattu 18.1.2017. <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupakkatuotteet-ja-sahkosavuke/sahkosavuke>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016 b. Nikotiini. Viitattu 5.3.2018. <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupakkatuotteet-ja-sahkosavuke/nikotiini>

Valvira. 2016. Tupakka. Viitattu 18.1.2017. <http://www.valvira.fi/tupakka>

Liite1  
Saatekirje vanhemmille

Hei,

Olen Emmi Haavisto ja opiskelen terveydenhoitajaksi Vaasan ammattikorkeakoulussa. Teen opinnäytetyön kuudesluokkalaisten Ilmajokisten tyttöjen ja poikien tupakkatuotteiden sekä sähkösavukkeen käytöstä. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää mitä tupakkatuotteita nuoret käyttävät, miten paljon ja olen myös kiinnostunut miten nuorten vanhempien tupakointitottumukset vaikuttavat tupakkatuotteiden sekä sähkösavukkeen käyttöön. Tutkimuksen tarkoituksena on, että saadun tiedon avulla tehdään tupakkavalistusesite kuudesluokkalaisille kouluterveydenhuollon käyttöön.

Kohderyhmän ollessa alaikäisiä, on pyydettävä lupa vanhemmilta tutkimukseen osallistumiseen. Jos ette halua lapsenne osallistuvan tutkimukseen, vastatkaa viestillä Wilman kautta tämän viestin lähettäjälle.

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja se tullaan tekemään anonyymisti. Tutkimusvastaukset tulevat ainoastaan tutkijan käyttöön ja ne tullaan hävittämään asianmukaisesti, polttaen tai silppurilla, kun niitä ei enää tarvita. Tutkimustulokset julkaistaan Theseus.fi-sivustolla, josta jokainen voi käydä lukemassa kirjallisen raportin tehdystä tutkimuksesta.

Ystävällisin terveisin  
Terveydenhoitajaopiskelija  
Emmi Haavisto  
Vaasan ammattikorkeakoulu

Ohjaava opettaja  
Lehtori Ritva Alaniemi  
Vaasan ammattikorkeakoulu

## Liite2

## Saatekirje nuorille

Hei,

Olen Emmi Haavisto ja opiskelen terveydenhoitajaksi Vaasan ammattikorkeakoulussa. Teen opinnäytetyön Teidän kuudesluokkalaisten Ilmajokisten tyttöjen ja poikien tupakkatuotteiden sekä sähkösavukkeen käytöstä. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää mitä tupakkatuotteita Te käytätte, miten paljon ja olen myös kiinnostunut, miten Teidän vanhempien tupakkatuotteiden käyttötavat vaikuttavat Teidän tapoihinne. Tutkimuksesta saadun tiedon avulla, tulen tekemään tupakkavalistusesitteen kuudesluokkalaisille kouluterveydenhuollon käyttöön, joten Teidän jokaisen vastaukset ovat tärkeitä. Tutkimustulokset julkaistaan Theseus.fi-sivustolla, josta kaikilla on mahdollisuus käydä lukemassa kirjallinen raportti vastauksistanne.

Oheinen kyselylomake muodostuu kysymyksistä, joissa on aiheena tupakka, nuuska sekä sähkösavuke. Kysymykset ovat monivalintakysymyksiä ja vastausohjeet niihin löytyvät kyselylomakkeen alusta. Lopussa on myös muutama avoin kysymys, joihin toivon saavan Teidän ajatuksianne asiasta. Vastauksen ei tarvitse olla pitkä, vain sanakin riittää.

Teidän vastaajien ollessa alaikäisiä, on pyydetty lupa vanhemmiltaan tutkimukseen osallistumiseen. Osallistuminen tutkimukseen on kuitenkin vapaaehtoista ja vastaamisen voi keskeyttää missä tahansa vaiheessa. Kyselylomakkeiden tulee olla nimettömiä ja ne tulevat vain tämän tutkimuksen käyttöön.

Kyselylomakkeen täyttöön kuluu ainoastaan muutama minuutti aikaa, joten toivoisin, että vastaisitte kyselyyn ajatuksella.

Kiitän Teitä ajastanne!

Jos jokin kysymyksen sisällöstä jää askarruttamaan mieltäsi, keskustele asiasta jonkun kanssa, esimerkiksi vanhempasi, terveydenhoitajan tai opettajan kanssa.

Jos haluat saada lisätietoa tutkimuksesta, otathan yhteyttä tutkimuksen tekijään tai tutkimusta ohjaavaan opettajaan.

Ystävällisin terveisin

Emmi Haavisto

Terveydenhoitajaopiskelija

Vaasan ammattikorkeakoulu

Ohjaava opettaja

Lehtori Ritva Alaniemi

Vaasan ammattikorkeakoulu

Liite3

Kyselytutkimuslomake

Alla on ohjeet kyselyyn vastaamiselle, luethan ne huolellisesti!

#### VASTAUSOHJEET

---

- **ÄLÄ KIRJOITA NIMEÄSI KYSELYLOMAKKEESEEN**
- Vastaathan tutkimukseen niin, että työrauha säilyy jokaisella
- Käytä lyijy- tai kuulakärkikynää
- Lue kysymys huolellisesti ja valitse sitten vastaus, joka kuvaa parhaiten omaa ajatustasi
- Valitse vaihtoehto rastittamalla ruutu. Esimerkki:

Tupakoitko

☒ kyllä

☐ En

Jos haluat muuttaa vastaustasi, tummenna ruutu ja merkitse oikea vaihtoehto rastittamalla.



Väärä vaihtoehto



Oikea vastaus

## 1. Sukupuoli

<b>Tyttö</b>	<input type="checkbox"/>
<b>Poika</b>	<input type="checkbox"/>

## 2. Tupakoitko

- ☐ en lainkaan(jos rastitit tämän, siirry kohtaan 5.)
- ☐ olen kokeillut kerran
- ☐ kyllä, epäsäännöllisesti
- ☐ kyllä, säännöllisesti

## 3. Mikä seuraavista vaihtoehtoista kuvaa parhaiten TÄMÄN HETKISTÄ TUPAKOINTIASI?

- ☐ tupakoin kerran päivässä tai useammin
- ☐ tupakoin kerran viikossa tai useammin, en kuitenkaan päivittäin
- ☐ tupakoin harvemmin kuin kerran viikossa
- ☐ olen lakossa tai lopettanut tupakoinnin

#### 4. Mistä hankit tupakkasi viimeksi kuluneen kuukauden aikana?

Kaupasta	<input type="checkbox"/>
Kioskista	<input type="checkbox"/>
Huoltoasemalta	<input type="checkbox"/>
Kavereilta	<input type="checkbox"/>
Vanhemmilta	<input type="checkbox"/>
Muilta aikuisilta	<input type="checkbox"/>
Sisaruksilta	<input type="checkbox"/>
Otin kotoa	<input type="checkbox"/>

#### 5. Ovatko jotkut perheenjäsenesi tupakoineet sinun läsnäollessasi?

	Äiti	Isä	Joku muu
Ei ole koskaan tupakoinut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
On tupakoinut, mutta lopettanut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tupakoi nykyisin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 6. Nuuskaatko?

En ollenkaan (Jos valitsit tämän, siirry kohtaan 9)

☐

Olen kokeillut kerran

☐

Nuuskaan joskus

☐

Nuuskaan joka päivä

☐

## 7. Mistä hankit viimeksi nuuskasi?

Kavereilta

☐

Vanhemmilta

☐

Muilta aikuisilta

☐

Sisaruksilta

☐

Otin kotoa

☐

## 8. Käytätkö sähkösavuketta, joka sisältää joitain näistä?

	En ollenkaan	Olen joskus kokeillut	Kyllä, silloin tällöin	Kyllä, joka päivä
Nikotiinia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vain makuaineita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jotain muuta ainetta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



## 9. Jos käytät jonkinlaista sähkösavuketta, mistä hankit sen?

Kaupasta	<input type="checkbox"/>
Huoltoasemalta	<input type="checkbox"/>
Kavereilta	<input type="checkbox"/>
Vanhemmilta	<input type="checkbox"/>
Muilta aikuisilta	<input type="checkbox"/>
Sisaruksilta	<input type="checkbox"/>
Otin kotoa	<input type="checkbox"/>
Tilattu Internetistä	<input type="checkbox"/>

## 10. Missä tupakoit tai käytät nuuskaa tai sähkösavuketta?

	En koskaan	Silloin tällöin	Joka päivä
Vain kotona	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Koulumatkalla	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Koulussa, koulualueella	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Koulun läheisyydessä kouluaikana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**11. Miksi aloitit tupakoinnin, nuuskaamisen tai sähkösavukkeen käytön?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**12. Mikä sai tai saisi sinut lopettamaan tupakoinnin, nuuskaamisen tai sähkösavukkeen käytön?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Kiitos vastauksistasi!**

*-Emmi*